13.009 Halušky s kyslou kapustou
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l , ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
múka hrubá	6,00	6,00	7,50	7,50	8,00	8,00	11,00	11,00
soľ	0,10	0,10	0,15	0,15	0,20	0,20	0,25	0,25
vajcia	8	0,40	12	0,60	20	1,00	24	1,20
olej	0,50	0,50	0,30	0,30	0,40	0,40	0,60	0,60
cibuľa	0,40	0,34	0,60	0,51	0,70	0,60	1,00	0,85
kapusta kyslá b.n.	5,00	5,00	7,00	7,00	8,00	8,00	10,00	10,00
slanina údená bez kože			0,70	0,70	0,80	0,80	1,20	1,20
korenie čierne mleté					0,01	0,01	0,01	0,01
hmotnosť porcie v g	180		230		270		340	

Výrobný postup

Z múky, vajec, časti soli a vody vypracujeme cesto, z ktorého cez sito pretláčame do vriacej osolenej vody menšie halušky. Halušky povaríme, vyberieme, prepláchneme studenou vodou. Cibuľu očistíme, pokrájame na drobno, opražíme na oleji , pridáme kyslú kapustu, mleté čierne korenie a necháme 20 minút podusiť. Do udusenej kapusty vložíme uvarené halušky. Halušky podávame poliate na kocky pokrájanou opraženou slaninou.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	1132	272	6,67	6,2	3,1	45,0	2,9	38,5	0,9	0,012	0,1	0,0	16,6	0,7
B	1471	353	9,18	8,7	1,8	56,6	3,8	54,2	1,2	0,018	0,1	0,1	23,3	0,9
C	1643	394	10,36	10,8	2,5	60,7	4,2	64,1	1,4	0,029	0,1	0,1	26,7	1,0
D	2278	547	14,01	15,7	3,7	83,1	5,5	81,5	1,9	0,035	0,1	0,1	33,5	1,3